3

敬告意欲投稿者

本報由全體同人常期撰述、固已無需外界投稿、但愛讀諸君、如有自己之經驗心得、足資他人參覽者、亦擇尤發表、惟必遵照下列條件、（一）非常識之稿件、絕對拒絕、（二）滿一千字以上之稿件不收、（三）空泛不切實用之稿件不收、未完之稿件不收、（四）來稿宜運用簡短有趣之筆墨、而敍述一切實用便利之秘訣、如違此不收、（五）攻擊他人之稿件、絕對拒絕、（六）長期撰述者另行致酬、

道歉

[illegible]、前爲增加讀者興味起見、第一期第二期均有贈品、損失頗大、[illegible]讀者興味起見、仍願犧牲、惟近來報販竟將本報居奇出售、抬高至一角有奇、此實失本報贈送之原意、故本期贈品辦法暫停、惟於下期起如得更完善之辦法、仍當繼續贈、使贈品全入讀者之手、諒諸君當益表同情矣、（本館啓）

因創刊之初　特送贈品

常識週刊

胡適題

第三期

民國十六年十一月念三日

□每份售洋二分□

□每逢星期三出版□

定報價目　本外埠每年一元郵費在內附贈洋裝皮面燙金報夾、外國加倍、

廣告價目　每方寸（闊三字高十四字）六角、均排於新聞之旁、中、或嵌入新聞、長期面議、

□性慾潮流中之青年（李直正）

□青年自身宜如何避免自己捲入旋渦

□爲父母者宜如何防止其子女之墮落

（一）少年時代父母不宜約束子女過嚴

（注意）此條有極大理由、宜絕對了解其理由所在、否則引起誤會、反失作者原意、

（理由）少年時代、富於好奇之心、父母對於「愛情」「婚姻」「性慾」三大問題、宜以其意義、對子女[illegible]爲申說、尤宜於「愛情」與「性慾」二名詞之區別得失界說利害、加以分析、須知愛情二字、光明正大、性慾二字、則足以妨礙其名譽喪亡其身體、每見舊家庭中對於子女弟妹、防止與異性相接觸唯恐不嚴、男女八歲不同席、不問其接觸之正當與否也、防之愈嚴、引起子女對於男女之別愈深、而性慾之觀念、因此愈甚、苟一旦父兄略一放任、幾立足以使之墮落、猶之壓力愈強、反動力亦愈高、不予壓力、則反動力亦無之、（未完）

□吃花生米常識

花生米（也就是叫做長生菓）這件東西、大家都知道最易生痰、一般小兒們頂喜歡吃、但是一吃了以後、往往要害咳嗽病、所以一般家長父兄、時常想不許他們吃、但是這不是長久的計策、小兒們有時候終要暗暗裏去買來吃、現在聽我們族裏的長輩說、花生米的所以生痰、實在是壞在上邊的一個尖頭上、所以小孩子吃花生米的時候、只要叫他摘脫上面的一個尖頭、就可免掉咳嗽病了、（金明昌）

□上海報紙滑頭廣告之重重黑幕（三）（李棟）

四）招請職員　又有一種招請職員的黑幕、辦這件事的人、也可算得大思想家了、因爲近年來、各業凋零、人浮於事、失業者總有數十萬、你瞧郵政海關招考、報名者成千成萬、所以無論什麼公司行家、未開之前、只要你稍稍露一些風聲、就會有許許多多親戚朋友轉輾請託轉輾介紹、不多三五天已能滿額、譬如新新公司組織之初、需要職員數千人、也沒登報招請、矩離開幕有三四月之前、職員已經多得不得了、還有許許多多人轉輾推薦、弄得新新公司的當局者、專管這一件事也纏不清、所以連忙登報謝絕親友推薦職員、試想新新公司之大、非但不要登報招請職員、還要登報謝絕投考、足見招請職員是決不會有的事、

可是上海失業者之多、各埠想到上海來謀生意的、尤多不勝計、所以報上『招請職員』四字、當然最最引得起人們的注意、於是有一班滑頭、虛設了一爿什麼公司或行號、登報招請職員、每人取一二塊錢報名費、[illegible]繳幾百塊錢保證金、一待集有成數、便溜之大吉、這種事是很多的、

第一期報上我曾說過我有一個妙法、可以不但不上滑頭的當、而且要使滑頭上我們的當、這個妙法、實在可以實行、而且是合法的、不是我故意引人入勝騙騙讀者的、

郵政局有一種辦法、叫做『代收貨價掛號郵件、』這種辦法、是專防滑頭商店以空洞的廣告、吸收人家貨款、所以特設這一個辦法、

這個辦法是由購貨人遞[illegible]商品寄至購貨者的住宅、（卽使購貨者遠在數千里之外、也可以辦的、）叮囑商店採用這『代收貨價掛號郵件』的手續、待貨寄到之後、才把貨款付給郵差、如果一看樣子不對、那末儘可回絕不收、一個錢也不要你虛爲的、這個辦法、如有不明瞭的、請翻閱郵政章程第十五章、這個辦法、實際上當然是商店吃虧、購貨者絲毫不受損失的、如果如是正當的商店、也不惜犧牲這一些些、如是滑頭商人、那末也無法使你上當了、（全篇完）

□登廣告之內行手續

□小報之効力與代價之濫　國內各埠如京津粵漢等處、多有小報、然不及上海之發達、故今就本埠而言、目下約有四五十種、除少數宗旨純正者外、多係無聊文人之洩氣洞、捧戲子、罵妓女、造謠言、敲竹槓而已、實因代價極廉、銷路容易、資本五十元、即可維持一月、蓋用白報紙（若如本報之彩色紙、則須雙倍、）開四張、排印工在內僅計十元六角（通常排工五元印工每千八角報紙每千張二元、請參閱本期之印刷內行訣門、）由此推測登小報之廣告費（無怪濫之又濫矣、小報銷路在五千以上者、僅有晶報、（本報不列於此、蓋格式紙張內容與廣告地位、完全獨創一式另成一派、故於下專論之、）福爾摩斯、羅賓漢、金鋼鑽四種、近閱小報者、因其代價之廉、每有四種必看之習、故既登廣告於一報、則其他三報可忽之、全登似過費而効力則相等耳、小報銷路最大、僅及一萬左右、與申新相較、所差仍遠、故大商店大廠家多不願登小報、在資本家目光中、則以爲有低身價、惟滑頭等投機營業、淫書劣畫登於小報之効力極大、未知何故、

小報廣告費、高低相差甚遠、大概「倒折」均可成交、如倒三折倒二折等、銷數在五千以下之小報、則可尤廉、

本報銷路出於意外、第一期一萬五千、第二期一萬、報頭、紙張、形式、內容等均別出心裁、獨創一派外、各種廣告均在新聞旁、或在新聞中、效力固大、收費普通以八折計、長期以七折計、因銷路關係、收費不肯略爲減短、所以寧使不登、未願略濫、

今不得不稍談畫報、以作篇本之結束、其蓋地位則在大小報之間、近來廣告格式、均以「注目」爲標準、欲注目不可不用照片、欲求照相印刷清晰則非登於畫報不辦、惟成本數倍於小報、故廣告之代價稍昂、目下華文畫報、而由外國技師精印者唯有「攝影畫報」、七折亦可成交云、（完）

□本篇聲明□第一期本文所論各大報折扣事、有得諸傳聞、失實之處、在所難免、例如時報最近銷路已有二萬左右、方努力於銷路、故甯可無廣告、而廣告費決未能過低、讀者不宜根據前期所云、強作事實、如違則失本篇之原意焉、幸勿誤會、特此鄭重聲明、（作者識）

□沐浴的常識

飽食後、至少一小時內不可遽行沐浴、旅行稍息、身心俱疲、在精神未充分修養前、愼毋急於就浴、臨浴、水中加食鹽少許、對身體殊有裨益、劇烈運動後、愼毋身體熱度正高、不妨驟就冷水浴、且夏日更需注此、卽得取涼、然久之必病焉、證之燒鐵驟水中、鐵必受損之理、益信、浴固宜於身體、然不可頻、頻則汗液大出、於心臟未免有損、故沐浴雖有益、亦必須有上述之常識焉、

□不得了

本報紙張特別考究、成本極重、故銷路愈大則損失亦愈鉅、今銷數日增、又逢紙價飛漲、無怪本報會計主任大呼「不得了」矣、

□無飯吃則餓死　無常識則呆笨

□呆笨之人、社會無立足之地、休想有飯吃

□要精明要機警不可不有常識

欲得常識不可不看本報

□欲讀本報宜定全年　本報內容、是否爲上海報紙之異軍突起讀畢此報後、定已悉矣、本報非新聞性質、有永久保存之價值、故宜按期訂存本子、隨時翻閱、可作切用之百實全書觀、可作新式萬實全書讀、所以宜長期定閱、（全年連郵費大洋一元、外國加倍）而且本報爲讀者便利計、定閱者各贈特製之洋裝皮面燙金報夾一具、

□全年一元究竟值否　本報內容、無論一篇一節一段、均有價值、讀者諸君、隨時應用、卽一節一段、亦決能超過一元以上、況本館又贈價值半元之洋裝皮面燙金報夾一具、加之郵費在內、一年須寄五十文、是否有一元之價值、幸細察之、且每期統算、不過大洋[illegible]、較報販零售便宜多矣、（郵票代現九五折）

□定閱全年是否可靠　現在上海出版界之無信用、言之痛心、如出報紙、三期而停、五期而止、置定報者定款於不顧、是以令人有「無報可定」之嘆、本報館主持者以信用爲第二生命、但爲證明可靠起見、特請出版有時素有信用之康健報館攝影並報館聯合担保、負金簽上完全責任、卽欲此二報館發回報款、亦所不惜、（款須掛號寄大馬路二十號）

□贈送皮面燙金報夾　皮面燙金報夾、係本館特製、專贈定戶、皮面堅固挺硬、封面燙有常識週刊等字、金色燦燭、鮮明奪目、定戶接到報紙後、可以按期夾入、披覽便利、猶之成帙、儼似偉大之洋裝辭典、令人愛不忍釋、本埠諸君請徑臨南京路二十號（美豐銀行隔壁惠羅公司朝西）本報館看樣、定必異常滿意、愛不釋手、若單獨零售、每隻大洋半元、則較不合算矣、

傷風之治療及預防

（沈仲圭）

（病原）風寒襲於皮毛、內應肺臟、

（症狀）身熱（輕症不發熱）頭痛、咳嗽多痰、鼻中流涕、胃納減少、體力倦怠、

（治法）（一）於夜臥時施行溫腿浴、（其法取細長之木桶、入以溫湯、置桶于床、令患者仰臥、伸腿其中、覆以寢被、俟頭面腋窩、汗出涔涔、將桶取出、拭乾兩足、安睡至天明、所患已霍然矣、如出汗甚難之人、可用熱腿浴、熱腿浴者、將水之溫度增高、用法仍如前述、）（二）葱白蘇葉湯、熱服取汗、輕症用第一法、已能見效、病勢稍重、體溫在三十八度以上者須服第二方、

（衛生）避風寒、愼飮食、魚腥油膩辛酸諸物、皆宜忌之、

（預防）（一）積極的預防、講衛生、勤運動、保持皮膚之清潔、施以溫水摩擦法、（二）消極的預防、發汗之後、不可脫衣、勿使身體受過甚之寒氣、（即保護體溫之常度）

郵員貪懶可以告發

我受郵員的欺侮、也不止一年了、可笑中國人吃公事飯的、都像死人般的態度、眞是可恨啊、我很希望現在郵務公會的幾個執行委員、對此特別注意才好、我新近寄十幾本書到蘇州、第一次送到一個小郵政局、他們秤也不秤說是須黏貼郵票三角五分、我嚇了一跳、連忙帶回補貼郵票、第二次送到另一郵局、他們也含含糊糊的說三角已夠了、但包紮不合、仍是不收、第三次我直接送到郵政總局、一切手續、都已辦妥、他們一秤重量、說是二角五分已夠了、由三角半減至二角五、折三次、我初起也不懂是甚麼道理、後來一想、原來小郵局中的職員、不肯費一番秤的手續、叫寄信人多貼一些郵票、當然損失的是寄信人、少貼了郵票、反使郵長責備、不能寄遞、所以應該貼二角半的、他們有心多喚一角、可省他們省却磅秤的手續、然而寄信人吃虧了、昨據高級郵員說、以後逢到這種情形、儘管可以告發、（林子政）

林澤蒼啓事

澤蒼不文、從未主編任何報紙、本報係由李直正君編輯、深恐外界誤會、特此鄭重聲明、

行遠道者注意

行路過多、脚掌每易起泡、如欲免之、可於將行之前、先浸足於礬水中、再用布擦乾、則行時可免起泡之患、又鞋底質研細鹽末少許、可免足痛、（李琴譜）

黃瓜之功效

黃瓜一物、能增補人身之纖維質、又具有調理臟腑之功、極有滋養、惟食時須細細咀嚼、又勿過多、乃易消化、以黃瓜之汁、塗於肌膚、久則有潔白光潤之功、（李琴譜）

糠灰能擦齒黑

糠、穀皮也、燃燼後、研屑成粉、晨起盥漱、用代牙粉、可去牙垢、星期後、可皙白無疵、誠廢物利用也、且嗜美容者、亦能還其本來面目、謂予不信、盍請試之、（養怡居士）

鷄蛋白可治火傷

予妹幼時、偶被火灼、皮膚鱗傷、慘不堪睹、終日呼號、延醫治之、亦難收效、後得右鄰葛君告以雞蛋白煎油、（黃無用）可能告痊、爰如所言、塗之、不旬日、已完好如初矣、（養怡居士）

幷不小

本報紙張雖小、而篇幅則與其他報紙相同、每期文字亦占有六千有奇、蓋縮小廣告之地位、所以報價、實不昂貴、

坐火車的種種要緊關子（一）

（蘭魂）

火車是目前的一件交通利器、此刻中國、各處也已築了不少的鐵道、出門朋友、總免不了要利用利用他、本來坐火車化了錢、賣了票、還有什麼要緊關子要注意、可是近今世風日下、人心不古、你若是稍不小心、很容易出毛病、區區天生是勞碌命、一年裏須倒有八九個月僕僕道途、與火車親近、也不知出道若干回毛病、損失了多少錢財、到如今已是遍嘗酸苦、彷彿「嫖久成龜」般的盡曉個中底蘊了、我這一肚皮的「實用旅行學、」一向祇愁沒處發賣、想不到今天竟有常識週刊這個好賣主來請敎、他既然識貨吾自然樂於脫手了、

第一章　未到火車站以前

第一節　準備行裝

打算去乘火車之前、至遲須有十小時的預備、一切應帶的東西、總該想之又想、想了身上、再想口裏、想了早晨、再想晚上、想了今天、再想明天、總要想得一應俱全、又要十分簡單、能少一件好一件、行裝甯可打成一二個大件、不要另另碎碎的弄了五六件、因爲大件不容易遺失、小件便很難保險了、

有價値之

準每逢禮拜出版、從未脫期、信用卓著、可供參考、宗旨純正

圖文雙絕　印刷驚人　攝影畫報　上海南京路二十號

名醫主持　篇幅偉大　康健報　上海四馬路四八號

報費	攝影畫報	康健報
全年	二元半	二元
編輯	主幹 林澤蒼　編輯 吳農花	中醫 丁仲英 陳存仁 編輯

本埠報販均有出售、外埠寄樣函示一處附郵四分合送二份

攝影康健常識三報合定共洋四元五角國外加倍

印刷之內行訣門

（李林東）

印刷報紙的利息、是一切印刷品中最刻薄的生意、所以有許多印刷所不願接受、但是印刷報紙、生意進出極大、現在好的印刷生意、實在很少、所以有許多印刷所却專喜印報、講到印報的印費、譬如我們這常識週刊、每期有六千字以上、排版費是三元、每印一千、加大洋八角、讀者你們如果有意辦報、可照此價比較比較、那末恐怕也不會十分吃虧的、

印刷所對於信用問題、往往十九置之腦後、可是報紙欲求發達、第一不能脫期、所以選擇印刷所時應該十二分注意這一點、

普通報紙、大概是看二次樣校對二次、第一次的樣、是把一段段一篇篇的、第二次的樣、是拼成一版一版的、印刷界對於一段段一篇篇的樣、喚做『小樣』、對一版版的樣、喚做『大樣』、校對之後、工人也有不能照改、逢到這樣情形、可以和印刷所辦交涉、每一差字、不妨罰他一角錢、這種小的地方、不能放鬆、因印刷所往往得步進步、你如果常和他們訂正、他們反而不敢粗心了、印刷出品的好歹、也大有分別、有的有一目了然、令人生愛、有的一片模糊、令人生厭、關於這一點、應該在未印之前或付款之時、鄭重地向他們說、『我這一張報紙、事事力求考究、字要新字、膠棍要新膠棍、墨油的牌子、要用好一些的、薄的像稀飯般的墨油、是不能用的』說了這一番話、他們一定不敢待慢、無論如何、總能占到一些些便宜的、

慢驚

（建輿）

慢驚一病最爲利害、往往有一二歲、及三四歲的小孩、一時間抖了個不止、牙齒咬緊、人事不知、此狀一見、令人驚嚇、請醫診治、總是無效、但是此種病症、時間久後、又及容易致命、現在有一種方法、用活鼠一隻、割其腎、到藥店中買取硃砂少許、調和在腎上、最好放在石灰罐中、用厚紙封好、大約過半月之久、就可磨成如粉、用開水冲後、才倒在小孩口中、約過數時、就可全愈、此種方法、其費甚微、然可以除去這種的病症、又可以除掉鼠患、所以有小孩的人家、不可勿備呀、

凍瘃物理療法

（沈仲圭）

夫血之爲物、得熱則流行、遇寒則凝泣、運則增加速度、故勞動之輩、鮮見其手足有凍瘡也、治瘃之道、方書所載雖多、然靈驗者甚鮮、鄙意莫如日以溫湯洗滌手足數次、幷注意運動、勿使該部受劇烈之寒氣、則血液之凝泣者日漸散行、而厥疾自愈、預防之法亦然、惟初寒之候、即宜履行耳、至凍瘃已成潰瘍者、宜就專門醫生診治、又凍瘃之成因、往往爲溫度之接觸失其平均所致、故在室內不可以火爐取暖、出外必用手套暖鞋以保護體溫、

豆腐當雪花膏

（養怡居士）

面容黝黑者、常思有以治之、然每苦無良法、各報上雖登美容藥粉、第試之者、必憫然若失、玆有一方、祇須每晨購豆腐少許、加於巾上、擦之使紅潤乃止、再以清水滌之、則無豆腐氣味、

對讀者道歉

本報內容、精神、格式、文字、讀者諸君、求諸現在上海之出版界中、當尚能『差强人意』四字、惟印刷方面、因印刷部未聘定富有經驗之技師、每致有未週之處、玆於本期起技師已經聘定、今後當可免前此之缺點矣、

手淫與遺精（三）

（朱正德）

不正當之書報、不正當之戲劇、既宜取締、則靑年不致受外界之引誘、外界既不引誘、則爲父兄者、宜亟購置正當科學書報、與之研究旦夕勿息、或以相當工作、使之工作、旦夕勿息、使其時間上無空閒之暇、思想上無邪雜之念、手淫與遺精、可以免矣、遺精之害、較次於手淫、但同爲戕賊神經、斲喪元氣之病、故亦必記憶衰退、思想遲鈍、繼則頭暈、目眩腰痠、脚軟、耳鳴、背冷、精滑不禁、陽萎不振、四肢發冷早泄無力、諸症疊出、一時遽起矣、（完）

贈送報夾

本館對於長年定戶、贈送報夾一具、此項報夾、係本館就本報格式所特製、人造皮面、燙有鮮明金字、按期接到報紙之後、可以按期夾入、此項報夾係向外國洋裝訂作定製、現始製就、本擬一律掛號寄出、實因成本過昂、不克如願、本埠請持定報單或本期寄報之信封向南京路二十號本報館領取、外埠一律掛號寄上、用報夾時、如有全世界各寫字間通用之打洞機每期打洞後夾入、則尤爲佳妙、